

(別紙5)

整理番号 2018P-126  
補助事業名 平成30年度 障害を持つ人が幸せに暮らせる社会を創る活動 補助事業  
補助事業者名 特定非営利活動法人地域精神保健福祉機構

1 補助事業の概要

(1) 事業の目的

精神障害に関して、科学的根拠に基づく正しい知識の普及啓発を行い、もって社会福祉の増進に寄与する

(2) 実施内容

<https://www.comhbo.net>

精神障害啓発冊子の作成・普及

- 1) 対象：精神障害とその家族、支援者、保健福祉関係者、医療機関及び一般の方
- 2) 内容：精神疾患に関して科学的根拠のある正しい情報、当事者や家族の体験談、精神保健福祉制度や社会資源等の最新情報を掲載した。また、今年度は「支援者との関わり方」「自己決定」「ピア」「リカバリー」「偏見」「お金のやりくり」「統合失調症薬物治療ガイドライン」「当事者への接し方」「一人暮らし」「生きづらさ」「精神保健福祉への疑問」「災害への備え」など、多岐にわたるテーマを特集した。
- 3) 様式：B5版64頁『こころの元気+』  
発行部数：毎号10,000部(10,000部/月×12回/年)

2 予想される事業実施効果

精神障害啓発冊子の作成・普及

現在、精神疾患の患者数は392.4万人といわれている。サポート体制の不備や偏見、周囲の無理解等によって精神疾患の患者は孤立しがちであり、医療や福祉につながっていない人も数多い。精神科医療は現在でも長期入院や薬剤の多剤大量処方など、科学的根拠のない治療が主流であり、患者や家族に対して知識や情報提供が少ないのが現状である。精神障害者はインターネットの利用率が低く、また、加齢や障害の程度などにより、新しい情報技術を容易に使いこなせず、さらに困難な状況に追い込まれる方が多い。

この啓発冊子の考え方の柱は「リカバリー」である。リカバリーの基本は希望をもつことや自己決定などであり、ある当事者の体験が、他の当事者に大きな影響を与えることができる。世界的に、精神疾患をもつ人たちの進むべき方向、支援者の関わり方はリカバリー志向であることが求められているが、これまでの支援者が当事者を管理する志向とは真逆の考え方であり、この事業を継続し、啓発冊子を読み続けることで、これまでの文化や思考を変え、社会を変えていくことができると思われる。

## (別紙5)

近年はインターネットやスマートフォンを通じた情報提供も盛んである。しかし、WEBのみの利用では個人の中だけで完結してしまい、他の方の経験を得ることが難しい。また、情報の正確性や安全性に注意する必要がある、さらな孤立を深めてしまう可能性がある。一方、紙媒体は個人はもとより、支援機関などでのグループでの活用に適している。当事者や家族、支援者、関係者が各自の経験を交流しあうことで、お互いに学びあい、リカバリーを推進することにつながる。孤立感を払拭し、リカバリーのきっかけとなる。

2019年度は啓発冊子を医療機関や地域事業所など支援機関に、冊子のグループ活用など活用を促すガイドラインとともに、啓発冊子に対するニーズと活用方法・活用可能性に関するアンケート調査を行い、リカバリー志向サービスの拡大と支援文化を広めるためのネットワークの構築を目指していく予定である。新たな取り組みを進めていくことで、今後さらに正しい知識の普及啓発と精神障害者への認識不足や誤解を払拭することができ、精神障害をもつ人たちが主体的に生きて行くことができる社会のしくみづくりという社会的課題の達成に近づくことが見込まれる。

### 3 補助事業に係わる成果物

#### (1) 補助事業により作成したもの

精神障害啓発冊子「こころの元気+

毎月10,000部発行(10,000部/月×12回/年)

[https://www.comhbo.net/?page\\_id=104](https://www.comhbo.net/?page_id=104)

- |       |      |                       |
|-------|------|-----------------------|
| 平成30年 | 5月号  | 特集「支援者で苦労しています」       |
|       | 6月号  | 特集「自分で決めちゃだめですか？」     |
|       | 7月号  | 特集「ピアのちから」            |
|       | 8月号  | 特集「リカバリーを知って変わったこと」   |
|       | 9月号  | 特集「偏見っていやです」          |
|       | 10月号 | 特集「お金のやりくり苦労してます」     |
|       | 11月号 | 特集「自己選択に役立つ治療ガイドライン」  |
|       | 12月号 | 特集「回復力を高める接し方」        |
| 平成31年 | 1月号  | 特集「一人暮らし大作戦！」         |
|       | 2月号  | 特集「なんでこんなに生きづらいんだろう！」 |
|       | 3月号  | 特集「よく考えると変じゃね？」       |
|       | 4月号  | 特集「災害に備える」            |



啓発誌「ココロの元気+」5月号



啓発誌「ココロの元気+」6月号



啓発誌「ココロの元気+」7月号



啓発誌「ココロの元気+」8月号



啓発誌「ココロの元気+」9月号



啓発誌「ココロの元気+」10月号

(別紙5)



啓発誌「ココロの元気+」11月号



啓発誌「ココロの元気+」12月号



啓発誌「ココロの元気+」1月号



啓発誌「ココロの元気+」2月号



啓発誌「ココロの元気+」3月号



啓発誌「ココロの元気+」4月号

(2) (1) 以外で当事業において作成したもの

①当事者表紙モデルインタビュー動画

毎月、啓発冊子「ココロの元気+」に掲載している当事者表紙モデルの生の声(自らの病気に対する体験談や思い)をホームページ上で広く伝えている。

[https://www.comhbo.net/?page\\_id=104](https://www.comhbo.net/?page_id=104)

②「ココロの元気+」ネット特集

(別紙5)

これまで啓発冊子「こころの元気+」で取り上げてきた記事で掲載許諾のあるものを、テーマ別に再編集して、ホームページに掲載している。

[https://www.comhbo.net/?page\\_id=104](https://www.comhbo.net/?page_id=104)

- ・ ネット特集1 「精神科の診断」
- ・ ネット特集2 「障害年金について」
- ・ ネット特集3 「薬の量の話」
- ・ ネット特集4 「働くということ」
- ・ ネット特集5 「親子関係」
- ・ ネット特集6 「減薬・断薬・離脱」
- ・ ネット特集7 「それぞれのリカバリーストーリー」
- ・ ネット特集8 「双極性障害(躁うつ病)」
- ・ ネット特集9 「うつ」
- ・ ネット特集10 「精神科の診断と病名」

4 事業内容についての問い合わせ先

団 体 名： 特定非営利活動法人地域精神保健福祉機構  
(トクヒ)チイキセイシンホケンフクシキコウ)

住 所： 〒272-0031  
千葉県市川市平田3-5-1 トノックスビル2F

代 表 者： 代表理事 大嶋 巖 (オオシマイワオ)

担 当 部 署： 事務局 (ジムキョク)

担 当 者 名： 寺本 育男 (テラモト イクオ)

電 話 番 号： 047-320-3870

F A X： 047-320-3871

E - m a i l： [pr@comhbo.net](mailto:pr@comhbo.net)

U R L： <https://www.comhbo.net>